

Καλές Πρακτικές για Εξοικονόμηση Ενέργειας στα Σχολικά Κτίρια

Στις εκπαιδευτικές μονάδες, η εξοικονόμηση ενέργειας μπορεί να επιτευχθεί:

- Στο κτιριακό κέλυφος
- Στα συστήματα φωτισμού
- Στα συστήματα θέρμανσης και ψύξης
- Σε ηλεκτρονικές συσκευές

Καλές πρακτικές για το κτιριακό κέλυφος, που σχετίζονται με τη θερμομόνωση:



- Κλείσετε τυχόν χαραμάδες σε πόρτες και παράθυρα με μονωτικό υλικό, αυτοκόλλητες ταινίες του εμπορίου ή σιλικόνη.
- Μην αερίζετε υπερβολικά.
- Κλείνετε τα εξώφυλλα (παντζούρια) και τις κουρτίνες τις κρύες νύχτες του χειμώνα, για να περιορίζονται οι απώλειες θερμότητας.
- Ειδικά για τα κτίρια παλαιάς κατασκευής (πριν το 1980) η ενεργειακή απόδοση βελτιώνεται σημαντικά με:
 - Αντικατάσταση των παραθύρων με μονά τζάμια με νέα θερμομονωτικά με διπλά/τριπλά τζάμια.
 - Προσθήκη θερμομόνωσης: Στην οροφή και/ή στους τοίχους (η εξωτερική μόνωση αποδίδει καλύτερα).

Καλές πρακτικές για συστήματα θέρμανσης και ψύξης:



- Φροντίστε για τη συντήρηση των συστημάτων θέρμανσης και ψύξης από ειδικό τεχνίτη, τουλάχιστον μία φορά το χρόνο.
- Ειδικά για τα κλιματιστικά, φροντίστε για τον τακτικό καθαρισμό των φίλτρων σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή.
- Τις ηλιόλουστες χειμωνιάτικες μέρες φροντίστε να αφήνετε τον ήλιο να μπαίνει από τα ανοίγματα (ειδικά αυτά που έχουν ανατολικό και νότιο προσανατολισμό) στο σχολείο σας.
- Μην καλύπτετε τα θερμομαντικά σώματα με καλύμματα, γιατί μειώνεται σημαντικά η απόδοσή τους.
- Αποφύγετε τη χρήση ηλεκτρικών συσκευών θέρμανσης (θερμάστρες, αερόθερμα ή καλοριφέρ λαδιού) το χειμώνα.
- Χρησιμοποιώντας ανεμιστήρες οροφής δροσίζετε το χώρο (ακόμα και σε σχετικά υψηλές θερμοκρασίες), καταναλώνοντας παράλληλα ελάχιστη ενέργεια (αντίστοιχη με έναν κοινό λαμπτήρα φωτισμού).
- Σωστή ρύθμιση θερμοστάτη: Το χειμώνα η μείωση της θερμοκρασίας κατά 1°C στο χώρο μπορεί να μειώσει την κατανάλωση ενέργειας για θέρμανση έως και 8%.
- Ρυθμίστε το θερμοστάτη στους 19-20°C τον χειμώνα και στους 26-27°C το καλοκαίρι.
- Όταν λειτουργεί το σύστημα θέρμανσης και ψύξης, φροντίστε τα παράθυρα να είναι κλειστά.

Καλές πρακτικές για εξοικονόμηση ενέργειας σε ΦΩΤΙΣΜΟ:



- Όταν αποχωρείτε από οποιονδήποτε χώρο (αίθουσες, γραφεία ή κοινόχρηστο), βεβαιωθείτε ότι έχετε σβήσει τα φώτα.
- Τις ηλιόλουστες μέρες αξιοποιείτε το φυσικό φωτισμό. Για να αποφύγετε την υπερθέρμανση των εσωτερικών χώρων τους καλοκαιρινούς μήνες, χρησιμοποιείτε περσίδες (κατά προτίμηση) ή κουρτίνες που περιορίζουν την εισερχόμενη ηλιακή ακτινοβολία.
- Προτιμάτε τα ανοικτά χρώματα στους τοίχους, καθώς κάνουν το εσωτερικό περιβάλλον φωτεινότερο.
- Χρησιμοποιείτε λαμπτήρες χαμηλής ενεργειακής κατανάλωσης: Οι λαμπτήρες φθορισμού επιτυγχάνουν 75% εξοικονόμηση ενέργειας και έχουν 10 φορές μεγαλύτερη διάρκεια ζωής σε σχέση με τους λαμπτήρες πυράκτωσης. Οι λαμπτήρες LED επιτυγχάνουν 80% εξοικονόμηση ενέργειας και έχουν 25 φορές μεγαλύτερη διάρκεια ζωής σε σχέση με τους λαμπτήρες πυράκτωσης.

Καλές πρακτικές για χρήση ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΩΝ ΣΥΣΚΕΥΩΝ:



- Προτιμάτε τη χρήση συσκευών υψηλότερης ενεργειακής απόδοσης.
- Σβήστε τις συσκευές αντί να τις διατηρείτε σε κατάσταση αναμονής (stand-by mode) όταν δεν τις χρησιμοποιείτε συχνά (π.χ., φωτοτυπικά).
- Όπου είναι εφικτό, προτιμήστε τη χρήση μικρών συσκευών αντί για μεγάλες.
- Προτιμάτε να αποσυνδέετε τη συσκευή από την πρίζα.
- Σε διεθνές επίπεδο, στη φάση αναμονής των ηλεκτρικών συσκευών σπαταλάται ηλεκτρική ενέργεια ίση με 5%-15% της ηλεκτρικής οικιακής κατανάλωσης.

Άλλες συμβουλές:



- Προσαρμόστε την ενδυμασία σας ανάλογα με την εποχή: Ελαφρύς ρουχισμός το καλοκαίρι διευκολύνει την αποβολή θερμότητας και ζεστός ρουχισμός τον χειμώνα βοηθά στη θερμομόνωση του σώματος.
- Ενημερώνετε συχνά τους μαθητές/συναδέλφους για τα πλεονεκτήματα της εξοικονόμησης ενέργειας.
- Όπου είναι εφικτό χρησιμοποιείτε για τις μετακινήσεις σας ποδήλατο, μέσα μαζικής μεταφοράς, ή προτιμήστε συνδυασμένες μετακινήσεις με συμμαθητές/συναδέλφους που μένουν κοντά.